

【リハビリリンクとは...】

「リハビリテーション」と「リンク（繋がり）」

を合わせたオリジナルの造語です。

医療法人光仁会の3病院

（春日部厚生病院、春日部厚生クリニック、南部厚生病院）の
リハビリテーション部門の広報誌として、発行しております。

今回は、第4号の発行となります。よろしくお願ひします。



リハビリの『?』を解決♪
普段疑問に感じる事柄を
療法士が解説いたします!!

作業療法
って何をするの？



春日部厚生病院
作業療法士1年目
大久保柊季



「リハビリ」には、大きく“理学療法”“作業療法”“言語聴覚療法”と3つの部門があります。
夏号では理学療法の紹介がありましたが、今回は“作業療法”の内容を簡単にご紹介します。



春日部厚生病院
小島直也
作業療法士3年目

作業療法とは、身体・精神に障害がある方に対して、生活していくために必要な動作や社会に適用するための能力回復を目指して治療をします。すなわち！！



**「応用的な動作（入浴・食事等の日常生活動作
や手工芸・園芸等の趣味活動）の獲得」**

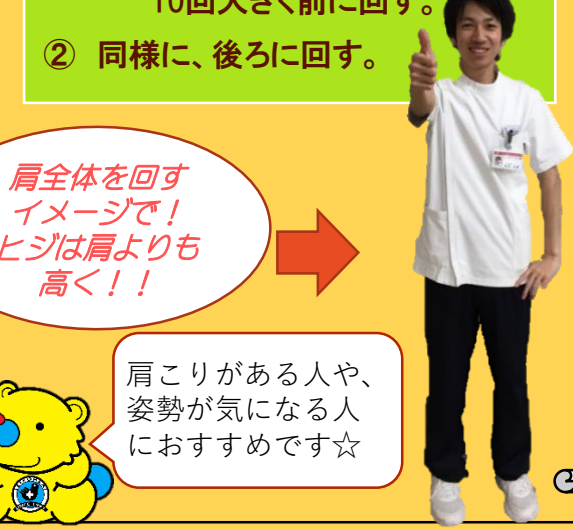
を図るためのリハビリを作業療法と言います。



作業療法士おすすめ
簡単ストレッチ

『肩回し体操』

- ① 両手を肩の上に添え、「円」を描くように10回大きく前に回す。
- ② 同様に、後ろに回す。



肩が凝ってきたな...

肩全体を回すイメージで！
ヒジは肩よりも高く！！

肩こりがある人や、姿勢が気になる人におすすめです☆

無理なく動かして
肩こりも解消☆

春日部厚生病院
丸山来夢
作業療法士2年目



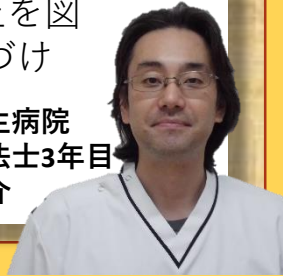
過去の‘リハビリリンク’が欲しい方は、スタッフまでお声掛けください☆

リハビリの中での
コミュニケーションを大切に。

利用者様の状態・気持ちを
よみとり、寄り添う事☆

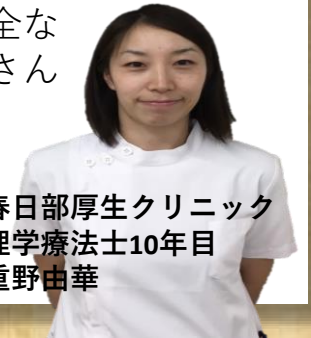
患 者様やご家族様との**コミュニ**
ケーションを大切にし、ご要
望に可能な限り対応することで患者
様の不安や苦痛を少しでも和らげる
ことができればと思います。又、患
者様にとって必要な能力の獲得・問
題点を改善しQOLの向上を図
り快適な生活環境に近づけ
られる様に努力
していきたく
思います。

南部厚生病院
理学療法士3年目
栗田洋介



生 活期のリハビリで意識していることは、
**皆様のお話を聴くことと歩き方や顔の
表情など、体の動きを確認すること**
です。クリニックに通われている皆様には家
での生活リズムがあり、必要な動きが異な
ります。痛みの緩和や安全な
運動方法の指導を看護師さん
やケアマネージャーさん
と連携を図りながら、
リハビリを行ってい
ければと思います。

春日部厚生クリニック
理学療法士10年目
重野由華



たまちゃんの
知恵袋

食欲の秋の到来です
ね。今年の夏は暑かっ
たので、食欲がなくな
り、痩せてしまった方
もいるのではないでしょ
うか。

痩せすぎは、

サルコペニア(筋肉減少症)

の原因になります。

ここで、痩せすぎを確認できる

指輪っかテストをご紹介します。

- ①親指と人差し指で輪っかをつくる
- ②利き足で無い方のふくらはぎを囲む
- ③指が届き、隙間が出来た場合



サルコペニアの可能性が高いです。

**予防には「栄養」、「運動」、「社会参加」
が鍵となります。** 栄養では
筋肉のもととなる、タンパク
質(肉・魚・卵など)をしっ
かり摂り、米飯などの穀類、
野菜も含めた、バランスの良
い食事を心掛けましょう。

春日部厚生病院
山崎珠絵
管理栄養士



患者様にとって
有意義な
リハビリを



春日部厚生病院
言語聴覚士2年目
荒井梨沙

臨

床経験が浅いため、先輩方に
相談しアドバイスを頂きながら、有
意義なリハビリテーションが提供で
きるよう日々業務にあたっています。
機能面へのアプローチはもちろん、
**コミュニケーション手段の獲得
や、安全面を考慮した食形態や
食事姿勢の評価・指導**など、退院
後の生活を見据えた介入を心掛けて
います。また、退院後も安全に過ご
せるよう自主トレーニングの指導も
行っています。



明日につながる、リハビリリンク



医療法人光仁会